

毎月1回 40,000部発行

東住吉 TOWN

ふれあいを大切に、より活力ある住みよい街づくりを……

community paper
★月1回発行 1部100円(税別)★
タウン新聞 株式会社
〒545-0023大阪府阿倍野区王子町4-3-31
TEL.6628-0003 (代) FAX.6628-0606
http://www.town-shinbun.com
townshinbunsha@ybb.ne.jp

東住吉タウンの協賛広告で
地域貢献しませんか?
掲載料金(月1回)35,000円(税別) ※デザイン料含む
お問合せは06-6628-0003
または、右記QRコードをご覧ください

子ども専門の歯医者さん(1歳～) 小児矯正 小児の予防矯正 小児の口腔機能の発達・改善にも取り組んでいます

小児歯科 ふじわら歯科
大阪市東住吉区東田辺2-26-3
☎06-6696-7244
https://www.fujiwara-shika.com/

駐車場8台完備
診療時間/9時～19時まで
★土曜日も18時まで診療しています。
休 診 日/水曜午前・日曜日・祝祭日

おやこ教室募集中
おやこ教室はこちからお申し込み下さい
入園願書受付中

幼稚園であそぼう!!
☆☆園庭開放☆☆
2/15(木)・2/27(火)
各開放日10時～11時
どなたでもお越しください
(予約はいりません)
幼稚園までお気軽にお問い合わせください

大阪芸術大学附属 照ヶ丘幼稚園
大阪市東住吉区天田2-18-16 ☎06-6697-1437

児童発達支援 放課後等デイサービス 保育所等訪問支援
チュウリップ
https://www.churippu-osaka.com (詳細はHP・インタラクティブをご覧ください)
★看護師在籍 ★医療的ケア対応のご利用可能です ★個別・集団に
(※)健生オリジナル教材(ココマップ)導入 映えてください!!
☎06-6690-7622 〒546-0031 大阪市東住吉区天田23-26-9 1F

テレフォンダイヤル
東住吉区役所……………4399-9986
東住吉警察署……………6622-1234
東住吉消防署……………6691-0119
東住吉図書館……………6699-7000
東住吉区民ホール……………4399-9734
中野休日急病診療所……………6705-1612

人生100年時代、老後資金に200万円が必要!! 現代日本が抱えるお金の問題に普通の主婦が立ち向かう!! (120分)
《主演》天海祐希 出
演 草笛光子 松重
《監督》前田哲
《日時》4月28日(日)
《開演》10時30分
《開場》10時30分
前売り券は会館窓口かチケットぴあにて

映画会「老後の資金がありません!!」
《2部》
開場 13時
開演 13時30分
《会場》平野区画整理記念会館1階ホール
《対象》どなたでも
《定員》200名(先着順)
《料金》1,100円(税込)
《申込方法》前売り券は会館窓口かチケットぴあにて

平野区画整理記念会館プレゼンツ
NPWプロレス
大迫力のプロレスを間近で観戦しよう! プロレス体験あり(プロレスラーに技をかけた後、10分かけられたい!!) ※体験40名まで可能(要電話予約) ミニアキヤットとのふれあいコーナーもあります!
《日時》3月31日(日)
《開演》13時
《会場》平野区画整理記念会館1階ホール
《対象》どなたでも
《定員》200名(先着順)
《料金》1,100円(税込)
《申込方法》前売り券は会館窓口かチケットぴあにて

HICASHI SUMIYOSHI information
個性豊かな5人の落語会!
【出演者(出演順)】
露の東 飛梅
笑福亭 春若
桂家 竹丸
桂 梅団治
【日時】3月14日(木)
【開演】13時30分
【会場】平野区画整理記念会館1階ホール
【対象】どなたでも
【定員】300名(先着順)
【料金】1,100円(税込)
【申込方法】前売り券は会館窓口かチケットぴあにて

【お問合せ先】
平野区画整理記念会館
☎6702・0513(月・火・祝日 休館)
【ホームページ・ツイッター】
https://kinen100.wixsite.com/kinen
Twitter @kukaku58

人生100年時代、老後資金に200万円が必要!! 現代日本が抱えるお金の問題に普通の主婦が立ち向かう!! (120分)
《主演》天海祐希 出
演 草笛光子 松重
《監督》前田哲
《日時》4月28日(日)
《開演》10時30分
《開場》10時30分
前売り券は会館窓口かチケットぴあにて

HICASHI SUMIYOSHI information
個性豊かな5人の落語会!
【出演者(出演順)】
露の東 飛梅
笑福亭 春若
桂家 竹丸
桂 梅団治
【日時】3月14日(木)
【開演】13時30分
【会場】平野区画整理記念会館1階ホール
【対象】どなたでも
【定員】300名(先着順)
【料金】1,100円(税込)
【申込方法】前売り券は会館窓口かチケットぴあにて

大型サイズ 幻の生ずわい 刺身で 鍋で かにしゃぶで
本日より 1週間 高鮮度!! だからうまい!!

「かに市場係」とお申し付け下さい
生ずわいがに かにしゃぶカット
送料無料 ※北海道・沖縄・離島は別途送料1,100円必要

通常価格8,480円 品番:238012
1kg 7,980円 (税込)
通常価格16,960円 品番:238022 特性濃縮鍋だし2袋付
1kg x2 13,800円 (税込)
通常価格25,440円 品番:238032 特性濃縮鍋だし3袋付
1kg x3 19,800円 (税込)

神戸CRAB だからできたこの大きさと鮮度!!
脚はハーフポーション(半分 殻あり) 爪・爪下はフルポーション(殻なし) 肩にはハーフカット
2セット以上で 特性濃縮鍋だし付
年末発送も承ります

●お申込はお電話で ●受付時間9:00～21:00
☎050-1868-1819
神戸CRAB 朝日共販(株)関西事業所 〒658-0023 兵庫県神戸市東灘区深江浜町112

●ご注文受付後、一週間程度でお届け。 ●希望日配達も承ります。詳しくはお尋ねください。 ●お支払いは代金引換のみ(代引手数料330円～440円/税込)。 ●生ものにつきお客様都合での返品はご遠慮願います。 ●個人情報保護法・案内等の業務に限って利用いたします。

毎月1回 40,000部発行

東住吉 TOWN

ふれあいを大切に、より活力ある住みよい街づくりを……

community paper
★月1回発行 1部100円(税別)★
タウン新聞 株式会社
〒545-0023大阪府阿倍野区王子町4-3-31
TEL.6628-0003 (代) FAX.6628-0606
http://www.town-shinbun.com
townshinbunsha@ybb.ne.jp

メールでくらくらプレゼント応募!!
タウン新聞掲載の読者プレゼントやおしゃべりメールは右記QRコードからも応募・投稿ができます。また、エンジェルタウンもコーナー(7P)に記載しているQRコードから応募できます。面倒なメールアドレスを入力しなくてもOK!

災害救援情報

今月1日に、最大震度7を観測した能登半島地震。今なお余震が続き、寒い中での救援活動や避難生活が続いています。大阪も南海トラフを懸念する状況です。そこで、避難生活で注意したいことを紹介します。

エコノミークラス症候群

水分や食事を十分取らない状態で、長時間、同じ姿勢でいるとエコノミークラス症候群(肺血栓塞栓症)による危険性が増します。血管の中に血の塊ができ、それが流れて肺の血管を詰まらせることで、呼吸困難などを引き起こしてしまう恐ろしい病気です。エコノミークラス症候群は、車中泊している人に起こりやすいと言われていますが、避難所で寝たまま生活していたり、座りっぱなしで過ごしていると発生します。

緊急トイレは新聞とごみ袋で代用

非常用トイレの準備をしていなくても、便器が壊れていなければ、ごみ袋を新聞紙で代用できます。

- 便座を上げ、ごみ袋を便器にかぶせる。
- 便器を下げ、便器を覆うようにもう1枚ごみ袋をかぶせる。(このごみ袋が汚物袋になるので、黒など中身が見えないタイプが望ましい)
- 2枚目のごみ袋の中に、新聞紙を細かくちぎり置くと簡易トイレの完成。(大人用のオムツがあれば、新聞紙の代わりにオムツを敷くと良い)
- 排泄物は、便座を覆っているごみ袋の口を縛って、ごみ回収が開始されるまで保管。あるいは指定されている場所に捨てる。

※使用のたびに②③を繰り返す。

予防のために

- 小まめに十分な水分を取りましょう。
- 服装は体を圧迫しないようにゆったりとしたものを着るようにしましょう。
- 寝るときには、足の位置を上げるのも効果があります。
- 軽い体操・歩く・ストレッチ運動を時々行うことで血流を良くします。

Angel Town 何度でも応募OKです
お子様の写真大募集
上記QRコードを読み取るか下記メールアドレスより応募ください
townshinbunsha@ybb.ne.jp

【応募方法】画像を添付の上、お子様の名前、読みがな、生年月日、撮影時の年齢、性別を書いて送って下さい。投稿された方のお名前、ご住所、電話番号も忘れずに。コメントはお子さんのチャームポイントなど自由に書いてお送り下さい。タウン新聞株式会社「エンジェルタウン係」

海 ガードナー フィリップス
かいくん
2021年4月3日生まれ
撮影時:2歳
海くん おへそはどこ?って聞いたら元気にTシャツをめくって見せてくれるところが、カワイイって思っています!

東 理翔 りとくん
2022年6月15日生まれ
撮影時:8ヶ月
まんまるお目めとふさふさの毛がチャームポイントです!毎日活発に遊び元気に育ってくれています。

榎 美侑那 みゆなちゃん
2021年11月1日生まれ
撮影時:8ヶ月
いつもニコニコ笑顔。時々見える変顔としかめっ面が可愛い♥お姉ちゃんのこと大好きなみゆなちゃんです。

世界初の「じゃばら鯛」を使用し、生臭さが抑えられた極上品!
本マグロ トロ&赤身セット
本州最南端の町 和歌山串本 直送

紀伊半島の小さな村「北山村」の特産柑橘「じゃばら」と、本州最南端の町、串本町で育った本マグロが、夢のコラボを実現!

北山村の「じゃばら」は、希少性の高きか幻の果実と呼ばれており、邪(気)を払う縁起物です!そんなじゃばらの栄養価、抗酸化などの機能に着目し開発されたのが世界初の「じゃばら鯛」。その鯛で育った本マグロは「生臭さ抑制」「歯ごたえ」「色持ち」「身質」に良い結果がでています。マグロ好きにはたまらない赤身とトロをセットでお届けします!

極上!じゃばらマグロ トロ&赤身セット
240g 5,500円 (税込) 赤身+中トロセット
500g 8,700円 (税込) 赤身+中トロ+大トロセット
500gが断然お得!さらに大トロ付き!
旨味が逃げないサク(冷凍)の状態でお届けします!さらに解凍方法の手順書付き。

営業時間:9:00～17:00(土日祝休み) 株式会社じゃばらいず北山 〒647-1604 和歌山県東牟婁郡北山村下尾井335
お申込みはこちら ☎050-1868-4940



T's Kitchen

寒い日に♡体が温まる料理

家で簡単に本場の味!博多風もつ鍋



【材料 (3~4人分)】

- キャベツ 1/2玉
- もやし 2袋
- ニラ 1束
- 牛もつ (部位はお好みで) 400~500g
- にんにく 適量
- 白ごま (すりこまでOK) 適量
- 輪切り唐辛子 適量

【スープ】

- 水 4カップ (800ml)
- 和風だしの素 1/2袋 (4g)
- 鶏ガラスープの素 大さじ2
- 薄口しょうゆ 大さじ6 (90ml)
- みりん 大さじ2 (30ml)
- 砂糖 小さじ1
- すりおろしんにんにく 山盛り小さじ1
- すりおろししょうが 山盛り小さじ1

【作り方】

- ①もやしは水で洗い、キャベツはサグ切りにし、ニラは5cm幅に切る
- ②もつはミックスを推奨しますが、もつ初挑戦なら白もつ(小腸)がオスス
- ※ヌメリが気になる場合は軽く湯通してから使用
- ③鍋に【スープ】の材料を全て溶かし入れ、一口大に切ったもつを入れて中火にかけ、出てきたアクをすくう
- ④鍋にキャベツともやしを入れ、その上にニラとニンニクスライス、輪切り唐辛子とごまを入れ、煮えたら出来上がり
- ⑤ズはちゃんぽん麺がおすすめ



かぼちゃときのこのミルクスープ



【材料 (2人分)】

- かぼちゃ 150g
- 白菜 2枚
- しめじ 1/2株
- ハーブベーコン 4枚
- 豆乳 (牛乳) 200ml
- 粉チーズ 適量
- 黒こしょう 適量

【調味料A】

- 水 250ml
- コンソメ顆粒 小さじ2
- 塩・こしょう 少々

【作り方】

- ①かぼちゃ、白菜、ベーコンは1.5cm角に切る。しめじはほぐす
- ②鍋にオリーブ油小さじ1を中火で熱し、白菜以外の①を加え2~3分炒める
- ③【調味料A】と白菜を加え、フタを弱目の中火で5分煮る
- ④豆乳 (牛乳) を加えて沸騰直前で火を止める
- ⑤器に盛り付け粉チーズと黒こしょうをふる





～ここよ～

COCOYO(ココヨ)さん
からもお声かけを!!
★おのれんじする★



オリジナル トートバッグ作り

2月12日(月・祝)

時間／11:00～
13:30～

定員／各10名

※詳細は店頭にて

毎月いろんな
イベントを
行なっています
詳細は店頭で♪





イェッ! 働ける職場で
一緒に働きませんか?

店舗拡大につき
スタッフ 募集中!

研修期間
時給 **1,100**円

研修後
時給 **1,100円→1,500**円

詳細はお問合ください。

株式会社 ベルコ 大阪東支社
大阪東住吉代理店

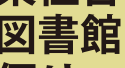
No.2024-01-0289

大阪市東住吉区
駒川5丁目7-18

吉住図書 東図書館 便り

☎6699-7000

行事は無料、申し込み不要です。



■赤ずきん&
ドロップスの
冬のおはなし会
えほんで楽しむ
きせつのイベント

【日時】
2月23日(土)
14時～15時

【場所】
東住吉会館大会議室
(図書館と同じ建物
の2階)

【定員】
当日先着50人

■おはなし会
(日時)

■赤ちゃん向け
おはなし会
「だうこのじかん」

【日時】
2月22日(木)
15時30分～15時45分

【場所】
東住吉会館和室
(図書館と同じ建物
の2階)

【定員】
当日先着7組





魔除け、厄除けパワーストーン

開運や厄除けの力を持つアイテムと持っていると良いと言われています。中で「パワーストーン」を身に付けるのと良いと言われ、健康や身の回りの安全への願いを込めて、お誕生日や母の日にプレゼントしてみたいか方が多いです。魔除け、厄除けの力が特に強いという、スピネルやオニキス、オアシアンといった石は、どれも黒みがかった落着いた色をしているので、ブレスレットやネックレスとして身に付けると、シックな着こなしにマッチします。お洒落アイテムの一つとしてもパワーを発揮しそうですね。

クロスワードパズル

A～Eのマスに入る文字を順に並べると
なんという言葉になるでしょう

クロスワードパズルの正解者の中から抽選で、新宿ごちそうビル「お食事券2000円分」1名様、あべの肥後すしさんの「お寿司おまかせ3000円コースのお食事券」(肥後すしさんのお食事券のご利用できる日は平日のみ、お持ち帰りは出来ません)を1名様にプレゼント

★クイズの楽しみ方

クロスワードを解きA～Eのマスに入る文字を順に並べてできた言葉をハガキに書き、郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号をご記入の上、下記までお送り下さい。できれば、おしゃべりメールやタウン川柳も余白に書いて下さい。

★1月号のクロスワードの答えは、「オミキ」でした。

★あて先/〒545-0023 大阪市阿倍野区王子町4-3-31
東住吉タウン2月号「クロスワード」係まで

※応募の締切りは2月8日必着。当選者の発表は発送をもってかえさせて頂きます。

【タテのカギ】

2. 電車・自動車などの車両を収容するための建物、または場所。
3. 早春、フキの根茎から出る若い花茎。香りと苦みを賞味する。
4. いつも親しく交わっている相手。友人。
5. 農業により生計を立てている世帯。
6. 人としてやり行すべき道。善悪・正邪の判断において普遍的な規準となるもの。道徳、モラル。

- ◎ パーティーの
売上二部 懐へ
- ◎ 大谷と
山本までも ドジャースへ
- ◎ ダイハツの
工場止り どうなるの
(東住吉区湯里 谷本 昌平)
- ◎ 初夢は
券だけ当たった 宝くじ
- ◎ トラ勝てど
世界平和は 夢と消え
- ◎ トフして
今年も優しゅう タツ成か
- ◎ 広辞苑
改訂版に載るか 裏金化
(東住吉区北田辺 三杉 義潔)
- ◎ 正月も
きざみ食にて 迎えたり
(東住吉区山坂 山田 律子)
- ◎ ムラ長(おさ)の
仕切る刷新 先が見え
- ◎ 自民さん
先ずは義援に 裏金を
- ◎ 万博を
「言わず語らず」に それもなし
(東住吉区南田辺 奴だこ)
- ◎ 万博は
昔ワクワク 今ハラハラ
- ◎ 草野球
オヤジもよぎる 大リーガー
- ◎ キックバック
悪事で背中 蹴られます
- ◎ 575で
エールよ届け 被災地へ
(東住吉区北田辺 三杉 篤史)
- ◎ 南国出身
寒さになれず 引きこもり
(東住吉区南田辺 大澤 朋余)

【問題】

1. 足を掛ける所。
特に、高所での作業のため丸太や鋼管などで組み立てたもの。
「〇〇〇を組む」
2. 過去から現在、現在から未来へと、
一方的また連続的に流れていくと
考えられているもの。物事の変化・運動に
よって認識される。時間。
3. あとに残っている物
「〇〇〇〇〇には福がある」
4. 流域外の海水に比べて温度の低い海流。
低塩分で酸素・栄養塩類に富み、
プランクトンが多い。
日本近海では親潮など。⇔暖流。

